Газета заснавана ў 1931 годзе. Аднюўлена ў 1999 годзе.



Голас Пружаны

№ 20 (36)
Пятніца, 29 чэрвеня 2001 года

Штотыднёвая незалежная грамадска-палітычная газета
Кошт свабодны

Ад Рэдакцыі

З-за вымушанай змены памяшкання рэдакцыі, адбыўся нявыхад мінулага нумару газеты.
Просім прабачэння нашых чытачоў і спадзяёмся на вашае разуменне і падтрымку.
Часова можна тэлефанаваць па нумары 2-07-59.



Фота Укрінформу

На сустрэчу з Папай Рымскім

У мінулыя выхадныя група вернікаў з берасцейшчыны пабывала ў Кіеве на сустрэчы з Папай Рымскім. З чатырох аўтобусаў, што перасяклі беларуска-украінскую мяжу - адзін быў з Пружанскага дэканату. Сярод паломнікаў пераважала моладзь. Усе удзельнікі засталіся задаволеныя паездкай і сустрэчай.

Позвоните Павлу Козловскому!

Трудно стало жить на Беларуси. Для многих - невыносимо трудно. Зарплаты низкие, налоги высокие. Детей сегодня страшно выпустить на улицу вечером - того и гляди ограбят, изобьют, изнасилуют. Многие люди забыли, что такое новая, качественная одежда. Пенсионеры, всю жизнь отработавшие на государство, по выходным на рынках выстраиваются в шеренгу, чтобы продать свои нехитрые пожитки, а на вырученные деньги купить творог - внуку, пару яблочек - внучке, а себе - кусочек "собачьей" колбасы. А с телеэкранов несется: экономика на подъеме, Лукашенко заботиться о народе, мы все движемся к всеобщему счастью. Приятно, конечно, слышать красивые слова. В них нет только одного. Правды.

Генерал-полковник Павел Козловский, первый министр обороны, первый на Беларуси трехзвездный генерал принял решение реализовать свое конституционное право и участвовать в президентских выборах в качестве кандидата.

Как отмечают специалисты, Павел Козловский - фаворит президентской гонки. Сегодня Беларуси как никогда нужен по-настоящему сильный лидер, человек многопытный, государственник до мозга костей. Нам нужен человек, который не будет заставлять народ, как это делает Лукашенко, служить государству, а построит государство для народа. Стране нужен настоящий защитник - человек, который защитит наше Отечество от нищеты, от страха, от вранья. И такой человек есть.

Павел КОЗЛОВСКИЙ:

"Прекрасно понимаю, в какой стране мы живем, в каком средневековом заповеднике бесправия, вседозволенности со стороны властей, нищеты выживают наши жены, наши дети, наши внуки. Принимая решение участвовать в выборах, и открыто заявляя об этом, я отдаю себе отчет в том, какой опасности я подвергаю себя и свою семью. Но меня не остановить.

Хочу сказать всем тем, которые так хотят, чтобы я передумал и отказался от своих намерений: меня не испугать! Как профессиональный военный, как генерал, я пасовать перед трудностями не привык. И это не высокие слова, а желание добиться перемен к лучшему. Для моей семьи! Для моей Беларуси!

Почему я решил побороться за пост президента? Что подвинуло меня на этот шаг?

Прежде всего, крайняя обеспокоенность тем, что происходит сегодня в нашей стране. Есть факты, что власть замешана в похищениях известных людей - генерал-майора Юрия Захаренко, первого вице-спикера Верховного Совета Виктора Гончара, бизнесмена Анатолия Красовского, оператора ОРТ Дмитрия Завадского. Меня очень беспокоит катастрофическое положение экономики Беларуси: около 80% наших граждан живут за чертой бедности. Меня беспокоит критическое положение в белорусской армии, ее небоеспособность. Меня беспокоит атмосфера страха, которая навязана обществу нынешними властями - сегодня люди боятся открыто высказывать свое мнение в транспорте, по телефону, даже в заводских курилках. Они шепчутся и со страхом оглядываются так же, как в эпоху режима Иосифа Сталина.

Меня беспокоит раскол в обществе, виновником которому опять же существующая власть. Меня беспокоит положение в медицине: сегодня квалифицированные врачи вынуждены трудиться за копейки, а многие, даже элементарные лекарства недоступны для обнищавшего народа.

Меня также беспокоит положение учителей. Те, которые призваны научить молодое поколение первым шагам в жизни, дать урок как выжить в нынешних экономических условиях, сами в буквальном смысле слова еле-еле сводят концы с концами. Я склоняю свою голову перед мужеством и терпением тех учителей, которые из-за неимоверных материальных трудностей не бросили свое дело, не подались в коммерцию или уехали из страны, а продолжают сеять разумное, доброе, вечное.

Я обеспокоен существующим положением белорусского языка и национальной культуры. Мне невыносимо больно смотреть на то, как чиновники от власти публично словом и делом унижают Белорусский государственный Гуманитарный лицей, театр "Вольная сцена" и его главного режиссера Валерия Мазынского, унижают национальную гордость и славу Беларуси - писателя Василя Быкова. Я белорус. Я горжусь своей Родиной, я горжусь своей культурой, своей историей. И не могу больше смотреть на все это со стороны, не вмешиваясь".



Тел. штаба Павла Козловского:
- **в Минске (017) 284-56-95,**
- **в г.Пружаны 2-49-85**

(Арсенович Дмитрий Дмитриевич)



НАВІНЫ

КІРАЎНІК ПРАФСАЮЗА РАБОТНІКАЎ АДУКАЦЫІ НАКІРАВАЎ ЛІСТ ПРЭМ'ЕР-МІНІСТРУ "У СУВЯЗІ З КАТАСТРАФІЧНЫМ УЗРАСТАННЕМ ЗАПАЗЫЧАНАСЦІ ПА ВЫПЛАЦЕ ЗАРПЛАТЫ І АДПУСКНЫХ"

А.ЛУКАШЭНКА ПАДПІСАЎ ДЭКРЭТ АБ АБАВЯЗКОВЫМ ДЭКЛАРАВАННІ ДАХОДАЎ І МАЁМАСЦІ КАНДЫДАТА Ў ПРЭЗІДЭНТЫ, ЯГО БЛІЗКІХ СВАЯКОЎ

ЧЛЕН ІНІЦЫЯТЫЎНАЙ ГРУПЫ СЯМЁНА ДОМАША НАКІРАВАЎ У ПРАКУРАТУРУ СКАРГУ НА ТОЕ, ШТО СУПРАЦОЎНІКІ МІЛІЦЫІ ЧЫНІЛІ ПЕРАШКОДЫ ЯГО ПРАЦЫ ПА ЗБОРУ ПОДПІСАЎ

ЗА АПОШНІЯ ТРЫ ГАДЫ Ў МАГІЛЁЎСКАЙ ВОБЛАСЦІ АФІЦЫЙНАЯ КОЛЬКАСЦЬ НАРКАМАНАЎ ПАВЯЛІЧЫЛАСЯ Ў 4 РАЗЫ

ЕБРР СПЫНІЦЬ АКАЗАННЕ ФІНАНСАВАЙ ДАПАМОГІ БЕЛАРУСІ, КАЛІ ПРЭЗІДЭНЦКІЯ ВЫБАРЫ ПРОЙДУЦЬ З ПАРУШЭННЕМ ДЭМАКРАТЫЧНЫХ НОРМ

РАСІЯ ПАЦВЕРДЗІЛА ГАТОЎНАСЦЬ ВЫДАЦЬ БЕЛАРУСІ КРЭДЫТ ТОЛЬКІ ПАСЛЯ ПАГАШЭННЯ РЭСПУБЛІКАЙ РАНЕЙШЫХ ДАЎГОЎ

НАТАЛЛЯ МАШЭРАВА ВЫСТУПІЦЬ У ПРАМЫМ ЭФІРЫ Ў ПРАГРАМЕ АЛЯКСАНДРА ЛЮБІМАВА "ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС" НА КАНАЛЕ ОРТ

КПРФ БУДЗЕ АКТЫЎНА ПАДТРЫМЛІВАЦЬ НА ПРЭЗІДЭНЦКІХ ВЫБАРАХ У БЕЛАРУСІ КАНДЫДАТУРУ ЛУКАШЭНКІ

СУПРАЦОЎНІКІ МІЛІЦЫІ СПРАБАВАЛІ ВЫЛАМАЦЬ ДЗВЕРЫ Ў РЭДАКЦЫІ ГАЗЕТЫ "ВОЛЬНЫ ГОРАД"

ЛІДЭР РУХУ "ЗА НОВУЮ БЕЛАРУСЬ" ПАВЕДАМІЎ, ШТО ПАМІЖ ПЯЦЁРКАЙ ПРЭТЭНДЭНТАЎ ДАСЯГНУТА ПАГАДНЕННЕ АБ АДЗІНЫМ КАНДЫДАЦЕ Ў ПРЭЗІДЭНТЫ

ПАРТЫЯ "НАДЗЕЯ" ПРЫПЫНІЛА СВАЁ ЧЛЕНСТВА Ў КРДС У ЗНАК НЯЗГОДЫ З ПАРУШЭННЕМ ЧЛЕНАМІ РАДЫ ДАСЯГНУТЫХ ДАМОЎЛЕНАСЦЯЎ

БалаПАН

ВЫБОРЫ 2001 В БЕЛАРУСИ

Курсы валют ў банках г.Пружаны:

	купля	продаж
БелБізнесБанк		
$ ЗША	1395	1423
DM	590	615
RUR	46	49
Аграпрамбанк		
$ ЗША	1390	1423
DM	560	600
RUR	46	48
Беларусбанк		
$ ЗША	1380	1410
DM	595	610
RUR	45	48

ПЕРВЫЙ ШАГ К ФАЛЬСИФИКАЦИИ ВЫБОРОВ

Геннадий БАРБАРИЧ, БелаПАН

Как первый шаг к фальсификации выборов расценил сопредседатель общественной инициативы "Незалежнае назiранне", бывший спикер Верховного Совета Беларуси 12-го созыва Мечеслав Гриб тот факт, что в территориальные избирательные комиссии не был включен ни один представитель оппозиционных политических партий. Об этом бывший спикер заявил 21 июня на пресс-конференции в Минске.

По его словам, все общественные организации, в соответствии с белорусским законодательством имеют право выдвигать своих представителей в состав территориальных и участковых избирательных комиссий. Такая работа была проведена силами Белорусского Хельсинкского комитета. "Мы, как наблюдатели, заинтересованы в том, чтобы территориальные и участковые избирательные комиссии были созданы демократическим путем и носили плюралистический, нейтральный характер", - сказал Гриб.

Общественными объединениями и партиями была проведена большая работа по выдвижению своих представителей в состав комиссий. Однако результат, по словам Гриба, оказался удручающим. Почти ни один из заявленных общественностью и партиями не вошел в состав комиссий. На заседания комиссий под разными предлогами не допустили наблюдателей. "Партия власти в очередной раз сделала большой шаг к тому, что президентские выборы будут признаны нелегитимными, так как власти явно начали подготовку к фальсификации", - сказал Мечеслав Гриб.

Подробную информацию о многочисленных нарушениях при формировании территориальных комиссий дали представители БХК Дмитрий Маркушевский и Илона Бондарева, а также представители Межпартийного центра по выдвижению представителей в состав избирательных комиссий. Все выступавшие заявили о готовности добиваться отмены создания избирательных комиссий, созданных на недемократической основе. Представители БХК заявили о том, что они обратились к генеральному прокурору Республики Беларусь с требованием о возбуждении уголовных дел и вынесению протестов по всем фактам нарушений при формировании избирательных комиссий. Жалобы об отмене решений о создании избирательных комиссий также направлены председателю Центризбиркома.

Региональные отделения БХК следили за 225 гражданами, выдвигавшимися от политических партий и независимых общественных организаций. И ни один из них не вошел в состав комиссий. Вячеслав Сивчик напомнил, что от межпартийного центра было выдвинуто 600 представителей. Ни один из них не вошел в состав комиссий, за исключением нескольких человек от ЛДП и ПКБ. По его словам, власти перестарались, продемонстрировав всему миру, как недемократично и незаконно они готовятся к президентским выборам. Ни один представитель от оппозиционных демократических сил не включен в состав комиссий. Вместе с тем, по словам Сивчика, это демонстрирует и неуверенность Лукашенко в своей победе.

Сивчик призвал добиваться роспуска комиссий, сформированных с нарушением закона и формирования новых. Он напомнил, что обратился ко всем потенциальным кандидатам в президенты с призывом обратить внимание на эти нарушения в самом начале кампании.

"АРМИЯ ПРОГОЛОСУЕТ ПРОТИВ ЛУКАШЕНКО",-

СЧИТАЕТ БЫВШИЙ МИНИСТР ОБОРОНЫ БЕЛАРУСИ, ПРЕТЕНДЕНТ НА ПОСТ ПРЕЗИДЕНТА ПАВЕЛ КОЗЛОВСКИЙ

Такое мнение он высказал в разговоре с корреспондентом БелаПАН когда прибыл 22 июня в Брест на мероприятия по случаю 60-летия начала Великой Отечественной войны.

По словам Павла Козловского, раньше "75 процентов средств, вырученных от реализации вооружений, шли в бюджет Минобороны". "За эти 75 процентов, - сказал экс-министр, - Минобороны отчитывалось перед Минфином. За них строилось жилье, повышалась боеспособность армии. Сейчас продажа оружия - один из главных источников так называемого президентского фонда. Эти средства примерно равны госбюджету. Из этого фонда армия не получает ни копейки. Зарегистрирован ли этот фонд и отчитывается ли он по налогам - неизвестно".

По словам Павла Козловского, такое положение дел вызывает недовольство в армии, а "летчики и командиры частей открыто возмущаются". Поэтому, считает Козловский, "при голосовании на открытых участках военные не пойдут на фальсификации". Однако он допускает, что нарушения произойдут при голосовании на закрытых участках.

Кроме того, считает Павел Козловский, "Лукашенко не сможет объективно заполнить налоговую декларацию; она будет фальшивой".

Валентина КОЗЛОВИЧ,
БелаПАН.

КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ

Консультативный совет оппозиционных политических партий (КСОПП) на своем заседании 22 июня принял специальное заявление о недемократичном характере формирования территориальных избирательных комиссий. Указывается, в частности, что из более 600 представителей, предложенных демократическими политическими партиями и общественными организациями для работы в комиссиях, в их состав почти никто не включен. Это, по мнению КСОПП, отнюдь не случайно, ибо "правящий режим стремится сохранить свою власть путем тотальной фальсификации результатов голосования".

В заявлении КСОПП отмечается также, что популярность Александра Лукашенко стремительно падает. "На сегодняшний день его рейтинг не достигает даже 20 процентов. У него нет никаких шансов победить на честных и открытых выборах", - говорится в документе.

КСОПП обратился к КНГ ОБСЕ в Беларуси с просьбой проинформировать страны ОБСЕ об очередном грубом нарушении прав граждан Беларуси.

Владимир ГЛОД,
БелаПАН.

"ЦЫТАДЭЛЬ" у падтрымку А.Лукашэнкі

Алег Супрунюк, Берасьце
Радыё Свабода.

У Берасьці абвешчана пра стварэньне грамадзкай арганізацыі, што ставіць за мэту правядзеньне прапагандысцкай кампаніі на карысьць Аляксандра Лукашэнкі. Дзейнасьць гэтай арганізацыі будзе фінансавацца ў тым ліку і за кошт сродкаў прадпрыемстваў вобласьці.

Рэгістрацыя новага грамадзкага абьяднаньня "Цытадэль" ва ўпраўленьні юстыцыі Берасьцейскага аблвыканкаму адбылася ў рэкордны для гэтай працэдуры тэрмін - за 11 дзён. Варта нагадаць, што некаторыя іншыя грамадзкія аб'яднаньні ня могуць зрабіць гэта на працягу некалькіх гадоў, з-за чаго адбываецца судовы перасьлед за дзейнасьць ад імя незарэгістраваных арганізацыяў.

Сярод асноўных накірункаў дзейнасьці аб'яднаньня "Цытадэль" пазначаны і наступны (цытую) "Правядзеньне інфармацыйна-прапагандысцкай работы сярод насельніцтва вобласьці па тлумачэньні сацыяльна-эканамічнага курсу прэзыдэнта і ўрада Рэспублікі Беларусь" (канец цытаты). Узначаліў гэтае грамадзкае аб'яднаньне старшыня Берасьцейскага абласнога савету дэпутатаў Леанід Лемяшэўскі. Спадар Лемяшэўскі ўжо пасьпеў паведаміць журналістам, што ня бачыць нічога дзіўнага ў хуткай рэгістрацыі "Цытадэлі", паколькі, маўляў, аб'яднаньне зьбіраецца весьці прапаганду канстытуцыйнага ладу беларускае дзяржавы, самаадданасьці краіне, народу і дзяржаўным сымбалям.

Паводле Леаніда Лемяшэўскага, ініцыятыўная група па стварэньні "Цытадэлі" складаецца з уплывовых асобаў, некаторыя зь іх былі абраныя ў кіруючыя органы грамадзкай арганізацыі. Але, напрыклад, галоўны ўрач Берасьцейскага раённага мэдычнага аб'яднаньня Ніна Федарук даведалася пра сваё абраньне ў склад рады "Цытадэлі" толькі ад карэспандэнта Радыё Свабода і адмовілася камэнтаваць гэтае рашэньне. Рэктар Берасьцейскага дзяржаўнага ўнівэрсытэту Ўладзімер Плецюхаў адказаў, што не ўпанаважаны рабіць заявы ад навастворанага грамадзкага аб'яднаньня і параіў дачакацца ягонай рэгістрацыі. Спадар Плецюхоў быў зьдзіўлены, калі даведаўся, што такая рэгістрацыя ўжо адбылася.

Тым ня менш, ужо ў самы бліжэйшы час "Цытадэль" пляное разгарнуць прапагандысцкую працу на Берасьцейшчыне, каб давесьці насельніцтву пра посьпехі цяперашніх беларускіх уладаў за апошнія сем гадоў. Самым таямнічым застаецца пытаньне пра фінансаваньне дзейнасьці "Цытадэлі". Леанід Лемяшэўскі лічыць, што вялікіх сродкаў не спатрэбіцца і ўсе выдаткі будуць пакрытыя за кошт ахвяраваньняў прыватных асобаў і суб'ектаў гаспадараньня. Кіраўнікі некаторых берасьцейскіх прадпрыемстваў ужо выказалі думку, што ахвяраваць грошы на дзейнасьць "Цытадэлі" прыйдзецца пад прымусам.

Без женщин, все-таки, спокойнее

С июня 1999-го по апрель 2000 года в Институте медико-биологических проблем проходил уникальный наземный эксперимент. Он имитировал 8-месячный полет на Международной космической станции. Газета "Московский Комсомолец" опубликовала некоторые итоги этой научной работы. В ходе эксперимента, в котором участвовали 15 россиян, 2 японца и по одному представителю из Германии, Канады, Франции и Австрии, "экипажи" все время находились в герметическом модуле. Большинство проводимых опытов были психологическими. Отмечается, что во время длительного "полета" имел место конфликт между двумя группами "космонавтов" и передел рабочего пространства "станции". Ученые пришли к выводу, что в экипажах, где присутствуют и мужчины, и женщины, чаще возникает конфликтная напряженность.

Женщина на грани нервного срыва



Все мы в большей или меньшей степени подвержены стрессу. Как правило, под стрессом понимают состояние усталости и подавленности, переходящее в депрессию со всеми вытекающими последствиями - ухудшением здоровья, безразличием к окружающему миру. Знакомо? Тогда эта статья для вас.

Что такое стресс

В переводе с английского слово "stress" означает состояние напряжения, возникающее у человека (или животного!) под влиянием сильных воздействий. Ожегов также дает определение стресса так: состояние повышенного нервного напряжения, вызываемое сильным воздействием.

Итак, стресс - это всегда напряжение. Наверняка вам приходилось испытывать на себе те или иные свидетельства стрессового состояния. Эти признаки могут быть физическими (нарушение сна, бессонница, нарушение памяти), поведенческими (излишняя суета, повторение одного и то же действия) и психологическими (конфликты, частые эмоциональные срывы, от которых чаще всего страдают наши близкие).

Женщина и стресс

Любая современная женщина испытывает стресс: это проблемы на работе и дома, событийный стресс, связанный со значительными вехами в жизни женщины - рождение ребенка, увольнение или выход на работу, любовь, развод, и, наконец, тысячи мелких проблем и задач, которая каждая из нас решает мимоходом. Все это создает определенный уровень напряженности, который присутствует в нас постоянно.

Мы живем с определенным уровнем стресса - у кого-то он больше, у кого-то меньше. Главное - уметь управлять этим уровнем и научиться жить, не допуская критических значений.

Почему это важно? Дело в том, что умение управлять стрессом, умение вовремя "выпустить пар", позволяет контролировать свое физическое состояние, а значит, избежать ухудшения здоровья и продлить молодость души и тела.

Реакция организма

Давайте посмотрим, как организм реагирует на стрессовые факторы. Под воздействием стресса в организме происходят физические и психологические изменения: увеличивается содержания адреналина в крови, учащается дыхание и сердцебиение, ускоряется обмен веществ. Наш организм мобилизуется, пускает в ход скрытые глубинные резервы и выдает решения. Я помню, какое сильное напряжение я переживала, когда осталась без работы. Мое состояние было близко к панике, а мой организм среагировал очень оригинально - я все время испытывала чувство голода и ела. Результат не заставил себя ждать - я поправилась за месяц почти на 10 кг.

Стресс - это не всегда плохо

Однако воздействие стресса на наш организм может быть как отрицательным, так и положительным.

Отрицательное может проявиться в том случае, когда у вас нет возможности что-либо предпринять. Либо если события происходят одно за другим, и вы не успеваете среагировать правильно. Это то, что мы часто называем в жизни "черной полосой". Тут важно помнить и знать, что если у вас нет разрядки в течение длительного промежутка времени, то стресс остается внутри вас и в дальнейшем будет оказывать негативное влияние на ваше поведение. Проявление отрицательного воздействия стресса сказывается на состоянии нашей психики: мы начинаем совершать ошибки и быстро устаем, становимся раздражительными и испытываем беспокойство, у нас накапливается отрицательная энергия.

Положительное влияние стресса находит отражение в накоплении и выбросе энергии в нужном нам направлении. Мы принимаем решение, испытываем чувства удовлетворенности от сделанного и расходуем, а не накапливаем энергию стресса.

Можно сказать, что стресс в малых дозах полезен. Он дает нам возможность почувствовать вкус к жизни и мобилизовать свои силы на достижение определенных результатов. Вспомните свое состояние после сдачи экзамена - море положительных эмоций! А ведь экзамен - это практически всегда стресс.

Все на борьбу!

Как же быть женщине в современных условиях постоянного прессинга и напряжения, как извлечь выгоду из стрессового состояния и при этом не упасть духом? Главное - начать действовать. Как только вы чувствуете, что критическая точка вашего стрессового состояния практически уже достигнута, и вы готовы закипеть, - начинайте действовать!

Существует много способов борьбы со стрессами. Одни из них помогают мгновенно справиться с возникшим состоянием. Самый распространенный, пожалуй, это досчитать до 5 или 10, прежде чем выпускать пар на родных и близких.

Другие методы способствуют постепенному решению проблемы и выходу из ситуации. Я приведу лишь те, которые проверены на собственном опыте.

Так, одна из проблем которые испытывает современная работающая женщина - это неспособность и неумение отключиться от своей работы. Мысли о том, как улучшить одно, другое, третье не покидают наши головы ни дома, ни в транспорте, ни за ужином. В результате, ваш мозг накапливает усталость, которая в последствии приводит к перенапряжению и стрессу.

Итак, если вы одна из таких женщин, и чувствуете, что рабочие проблемы окружили вас со всех сторон, надо попытаться проделать следующее. Прежде всего надо расслабиться, например, приняв вечером душистую пенную ванну. (если не удается принять ванну, надо просто сесть в кресло и закрыть глаза, расслабившись). Далее нужно постараться мысленно представить все свои заботы и хлопоты в виде яркого большого переливающегося мыльного пузыря, который медленно поднимается вверх от вас и улетая, лопается. Способ очень хорош вечером, после тяжелого трудового дня и помогает переключиться с работы на дом. Правда, у меня получилось не сразу, так как нужно приложить определенные усилия для концентрации внимания.

Также можно вспомнить о занятиях спортом и попытаться привлечь себя в ряды женщин, совершающих утреннюю пробежку. Хотя на деле это оказывается практически невозможным. Поэтому можно попробовать начать регулярно ходить пешком. Это тоже хорошо помогает и очищает нашу голову от неприятных мыслей.

Еще один способ называется "представьте, что вам 80 лет". Он помогает посмотреть на многие тяжелые жизненные ситуации со стороны и оценить серьезность или несерьезность проблемы. Действительно, ведь когда вам будет 80 и вы будете прекрасной леди в годах, разве будет вам дело до того, что на вас в марте 2001 года накричал начальник, что вам нагрубили в метро, и что ваш двухлетний ребенок не понимал ваши слова, которые вы, в общем-то, произносили ему по-русски? Конечно, нет. Скорее, вы будете озадачены другими проблемами - поехать в Швейцарию или еще раз посетить Ниццу. Уже от самих этих мыслей становиться спокойнее и проще жить. Попробуйте, у вас получится. Не обязательно представлять себя именно 80-летней милой старушкой. Можете выбрать приемлемый для произнесения вслух возраст. Но он обязательно должен быть солидным, иначе метод оценки "с высока прожитых лет" не сработает.

Полечимся изнутри



Сегодня не новость, как важно иметь чистый организм. А что бы его почистить много способов. Расскажу один из них - пользуюсь сам, и другим советую в любое время года.

Для этого вам нужно приготовить 3 литра молочной сыворотки, 1ст. сахара, 1ст. сухой и свежей травы чистотела. Траву поместите в марлевый мешочек (внутрь, чтобы мешочек не всплывал положите небольшой чистый камешек) Сделав всё согласно рецепту Борисом Васильевичем Болотовым, банку закройте крышкой и поставьте в тёмном месте на две недели. Затем процедить и пить по 0,5 стакана за 30 минут до еды утром и вечером, организм настолько очищается, что становиться как у ребёнка. Квас этот пить можно две недели, а можно и до месяца: вреда он не приносит.

Выводим радионуклиды

Взять 20-30 штук плодов каштана, очистить от кожуры и разрезать на части. Залить 3л. воды, добавить 1стакан сахара и для закваски 1 стакан сыворотки: дать постоять две недели. Пить по ? стакана перед едой.

Кроме выведения радионуклидов, организм снабжается кальцием, медью, кобальтом и другими необходимыми элементами. Средство особенно полезно мужчинам свыше 40 лет.

Торт "Королевский"

***Тесто.** 2 яйца, 1 ст.л. натурального меда, 2 ст. л. маргарина, 1 банка сгущенки, 1 ст. муки, 1 ч.л. соды, уксус.*

Мед и маргарин растворить на маленьком огне, добавить туда сгущенку и взбитые яйца, после- муку. Все снова взбить. Затем погасить соду уксусом. Тесто выкладывать на смазанную растительным маслом сковороду (по 2 ст. ложки) и выпекать каждый корж 2-3 минуты.

***Крем.** 0, 5 сметаны (жирн. 25%), 1 ст. сахара. Взбить все вместе.*
***Глазурь.** 3 ст. л. какао, 3 ст.л. сахара, 3 ст. ложки сливочного масла, 3 ст.л. молока. Перемешать все ингредиенты и варить смесь на слабом огне 2-3 мин.*

Каждый корж пропитать кремом и переложить различными фруктами (киви, апельсины, бананы, мандарины) Сверху торт залить охлажденной глазурью и украсить теми же фруктами (кроме банана - он чернеет).



Яичный рулет "СЕДЬМОЕ НЕБО"

250 г. мясного фарша, 250 г. сосисочного фарша, 250 г. вареной ветчины, пропущенной через насадку мясорубки с крупными отверстиями. 2 куска белого хлеба, 2 яйца, мускатный орех, паприка, соль, черный перец, 4 яйца, сваренных вкрутую, сливочное масло.

Мясной, сосисочный и ветчинный фарш хорошо перемешать с замоченным и отжатым хлебом, сырыми яйцами и пряностями. Прямоугольную форму выложить алюминиевой фольгой, смазанной жиром. Форму заполнить половиной фарша, в середину положить очищенные от скорлупы яйца и закрыть оставшимся фаршем. Сбрызнуть растопленным жиром. Выпекать 45 минут в разогретой духовке при температуре 200°С. Затем духовку выключить, оставив в ней рулет еще на 10 минут. Рулет вынуть, снять фольгу и нарезать на порционные куски. Теплый рулет хорошо подать с картофельным пюре и тушеными овощами. Холодный рулет - с маринованными овощами.

ГОРОСКОП на неделю

Овен.
Интуиция в любовных делах на этой неделе может Вас подвести, Вам будет сложно управлять эмоциональными всплесками. Поэтому, прежде чем что-либо говорить любимому человеку, сначала чуть-чуть подумайте.

Телец.
Прежде чем завести тайный роман, желательно все осознать. Тайное может стать явным, легкое любовное приключение может обернуться крупными разногласиями. В понедельник причина неудач кроется в Вас. Пятница - хороший день для встреч и свиданий.

Близнецы.
В начале недели ностальгические воспоминания о прошлом могут навеять немного грустное настроение. Вернитесь в настоящее, оно ничем не хуже прошлого, только надо быть повнимательнее. Пятница - день встреч.

Рак.
Эта неделя не всегда будет спокойной, возможны и бури в Ваших отношениях. Постарайтесь сохранять душевное равновесие, это позволит избежать неприятностей и разногласий. В среду и воскресенье встречи будут удачны.

Лев.
Наступает благоприятный период в Ваших любовных отношениях. Вас окружает ореол гармонии и романтизма. Вы узнаете о лучших качествах любимого человека. Пора задуматься и о совместном отдыхе.

Дева.
Как прекрасно быть рядом с любимым человеком, принимать его таким, какой он есть. Правда, Вам иногда бывает сложно смириться с некоторыми его привычками, постарайтесь из-за мелочей не упустить своего счастья.

Весы.
Так кого же Вы все-таки любите, настал момент спокойно обдумать происходящие события и сделать единственно правильный выбор, прислушайтесь к своей интуиции, и все сразу станет на свои места

Скорпион.
Если Вы оставите в покое свою принципиальность и перестанете преувеличивать недостатки любимого человека, Вашим отношениям ничего не грозит. В пятницу и выходные благоприятны встречи и поездки на пикник.

Стрелец.
Вы знаете, к какой цели Вы стремитесь, и чувствуете, что добьетесь ее, во что бы то ни стало. Большую часть недели Вы можете провести в уединении из-за загруженности на работе любимого человека.

Козерог.
На неделе есть вероятность почти полного затишья в сфере личной жизни, за исключением двухминутных встреч или коротких телефонных звонков. Зато в воскресенье у Вас появится реальный шанс наверстать упущенное.

Водолей.
Некоторые Ваши увлечения, азартность, может не понравиться любимому человеку. А если Вы допоздна будете пропадать на работе, это может способствовать назреванию конфликтной ситуации. Напрашивается вывод - уделяйте больше внимания личной жизни.

Рыбы.
В начале недели Вы можете тихо мечтать в одиночестве, без надежды на воплощение Ваших желаний. Однако четверг может подарить Вам новое знакомство или замечательную встречу, которая изменит Ваше будущее.

КРЫША ПОЕХАЛА!

- Моя собака такая же умная, как и я сам.
- Вот как? Странно, такое нечасто услышишь, обычно люди хвалят своих животных.

***

Стоит девушка возле учебного заведения. Подходит к ней парень и спрашивает:
- Девушка, вы случайно не с училища?
- Ещё какая!

***

Препод:
- Приведите пример скрипта для описания виртуальной реальности. Студент:
- На каком языке?
П: - На любом.
С: - И на русском можно?
П: - Я же сказал - на любом.
С: -Выступление Лукашенко на II Всебелорусском собрании.

***

Сорок дражже "Тик-Так" на завтрак, семьдесят на обед и тридцать на ужин.
Вес постоянный, дыхание свежее. Правда, слабое.

***

Начальник приказывает секретарше:
- Это письмо очень важное, поэтому положите его рядом со своим лаком для ногтей, чтобы мы сразу могли его найти, когда оно понадобится.

***

Из пункта А в пункт Б отправился поезд со скоростью 120 км в час, а из пункта Б ему навстречу выехал другой поезд со скоростью 160 км в час. Спрашивается, какого лешего он выехал навстречу, если там одноколейка?!

***

Подходят два человека к стойке в гостинице. Гостиница, мягко говоря, не пять звездочек. Говорят портье:
- Сколько стоит комната в этом свинарнике?
Портье:
- Для одной свиньи 30, для двух - 60

***

Управляющий возвращается домой с работы в отвратительном настроении. Жена спрашивает его:
- Произошла какая-нибудь неприятность?
- Вот именно. Парень, на котором я срываю злость, сегодня не вышел на работу...

***

Идут вечером девушка с парнем мимо ресторана, девушка оглядываясь говорит:
- Так приятно пахнет.
Парень:
- Да милая тебе понравилось, давай пройдём ещё раз.

***

АФОРИЗМ:
Красное вино полезно для здоровья. А здоровье нужно, чтобы пить водку.

***

АРМЯНСКОЕ РАДИО:
- Коробка шоколадных конфет "Россия". Что может быть вкуснее?
- Вкуснее коробки могут быть только конфеты!

***

- Как я ненавижу Льва Толстого: четыре тома Войны и мира написал! Обалдеть же можно!
- Ты что, читал?
- Ксерил!...

***

ОБЪЯВЛЕНИЕ:
Продается вечный двигатель. Гарантия 2 года.

***

- Как назвать человека, которому повезло в любви?
- Холостяк.

***

Группа мужчин обмениваются своими мнениями относительно женщин.
- Что ты прежде всего замечаешь в женщине? - спрашивает один.
- Это зависит от того, в какую сторону она идет, - отвечает второй.

НЕВЫДУМАННЫЕ ИСТОРИИ...

...ИЗ КОМПЬЮТЕРНОЙ СЕТИ ФИДО

Куда только ни заносила судьба меня, простого израильского инженера! На сей раз она меня занесла в Туркменистан, где наша фирма спроектировала завод, и я там осуществляю авторский надзор за строительством.

На туркменских дорогах кое-где установлены контрольные пункты. Выглядит это так: дорога перегорожена шлагбаумом, возле шоссе стоит будка, а в ней сидит пограничник. Каждый иностранный гражданин, проезжающий мимо такого пункта, должен остановиться и сдать пограничнику свои документы. Он записывает данные в специальный журнал, открывает шлагбаум - и езжай себе дальше.

И вот однажды проезжаю я мимо такой вот будки. Со мной в машине трое моих коллег-израильтян. Все трое - средних лет мужики с ничем не примечательной средневропейской внешностью. Я, как единственный русскоговорящий в этой компании, беру четыре паспорта и иду к будке. В будке сидит молодой туркмен. Берет он у меня паспорта и открывает первый из них. Первым оказался мой паспорт. Он записывает мою фамилию, имя, гражданство, доходит до графы "национальность" (на хрена она им, спрашивается?) и говорит:

- Насыаналнаст хто?

Я пожал плечами.

- Еврей, - говорю.

Он это записал и открыл второй паспорт. Дойдя до национальности, он опять задал тот же вопрос:

- Насыаналнаст хто?

Вот, думаю, деревянный! Ну кем по национальности может быть гражданин Израиля? И, даже не пытаясь подавить в себе нарастающее раздражение, заявляю:

- Негр, мля!

И тут же мои глаза самым натуральным образом лезут на лоб. Потому как я вижу, что это чудо природы ничтоже сумняшеся записывает в журнал: "негр". И открывает третий паспорт. Ну, думаю, если он и сейчас спросит "Насыаналнаст хто?", отвечу ему что-нибудь типа "Конь в пальто!" Посмотрим, что он тогда запишет... Он сидит и пишет, а я с нетерпением жду вопроса. И он-таки задал вопрос. Но какой! Как говорит Задорнов, сделайте глубокий вдох, сейчас начнется. Дойдя до графы "национальность", он посмотрел на меня и вопросил:

- ЕВРЕЙ ИЛИ НЕГР?

Все. Полный урюк. Кони в бубликах. Мое раздражение мгновенно прошло и сменилось острым желанием порезвиться.

- Ни то, ни другое, - говорю. - Он по национальности дрыл.

На лице у погранца отразилось некоторое подобие работы мысли. Нет, он не понял, что его разыгрывают. Он просто решил расширить свой кругозор.

- Дрыл? - спросил он. - А что это, а?

- Это, - говорю, - у нас в Израиле такое национальное меньшинство есть. Дрылы. Они все шибко умные, в основном начальниками работают. У нас в какую фирму ни зайдешь, начальники - одни дрылы! Мафия, понимаешь!

- Э-э, мафия. Понимаю, - заявил погранец и открыл четвертый паспорт.

Тут я уже не стал ждать никаких вопросов. Я взял инициативу в свои руки.

- А этот, - говорю, - по национальности гнява. Это тоже нацменьшинство. Их во всем мире не больше тысячи осталось. Вымирающая нация. Охраняются государством.

- Э-э-э, слушай, а посмотреть на него можно, а? - попросил погранец.

- Смотри, - милостиво согласился я. - Вот он, на переднем сиденье сидит!

Солдатик вышел из будки и подошел к машине. Посмотрел, понимающе поцокал языком и сочувственно покачал головой. Ну еще бы! Не каждому в жизни выпадает такое счастье - своими глазами лицезреть настоящего, живого гняву! Их, гняв бедных, так мало осталось...

А теперь вообразите себе, что в результате всего этого безобразия в совершенно официальном документе под названием "Книга регистрации иностранных граждан" появилась следующая, поистине хватающая за душу, запись:

Алекс Бродский. Гражданство - Израиль, национальность - еврей.

Хаим Фишман. Гражданство - Израиль, национальность - негр.

Моше Рубинштейн. Гражданство - Израиль, национальность - дрыл.

Шломо Гольдшмидт. Гражданство - Израиль, национальность - гнява.

И под этой безумной бредятиной красуется подпись:

Начальник смены старший сержант Дурдыев.

Так и хочется приписать: национальность - пограничник.

Голас Пружаны

Рэг.№1323 ад 16.07.1999 г.
Заснавальнік і рэдактар Язэп Машкала

Адрас рэдакцыі:
225140, г.Пружаны, вул.Завадская, 16
Телефон:(01632) 2-00-40
E-mail:golasp@irex.minsk.by

Аўтары апублікаваных матэрыялаў нясуць асабістую адказнасць за падбор і дакладнаць фактаў, іх меркаванні могуць не супадаць з поглядам рэдакцыі.

Рэдакцыя не вядзе перапіску з чытачамі і пакідае за сабою права рукапісы не рэцэнзаваць і не вяртаць.

Газета друкуецца на беларускай і рускай мовах.

Падпісана да друку 29 чэрвеня 2001 года.

Час падпісання 9:00

Надрукавана ў ГАУПП "Слонімская друкарня", г.Слонім, вул. Хлюпіна, 16.

Наклад 1500 экз. Заказ № 2150